



ZURÜCK IN DEN ALLTAG

Ernst Guggisberg lebt und arbeitet in Zimmerwald, zehn Kilometer südlich der Stadt Bern. Hier ist der 61-jährige auf dem familieneigenen Bauernhof aufgewachsen und entdeckte schon als Bub seine Liebe zur Landwirtschaft. 1977 übernimmt er den Betrieb zusammen mit seiner Frau Susanne. Heute gehören zum Lohnunternehmen zehn Hektaren Land. Darauf werden Kartoffeln und Getreide angepflanzt. Mit seinen erwachsenen Kindern Daniel, Samuel und Therese pflegt Ernst ein spezielles Hobby: Tractor Pulling – Zugkraftwettbewerbe mit Traktoren. Den landwirtschaftlichen Betrieb hat das Ehepaar vor zwei Jahren an Samuel übergeben. Seither leben die beiden im Stöckli.

Ernst Guggisberg kommt am 22. Juni 2011 mit Traktor und Anhänger von der Strasse ab und verunfallt schwer. Diagnose: Querschnittlähmung. Im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) Nottwil trainiert er über sieben Monate für einen selbstständigen Alltag. Am 3. März 2012 ist es so weit: Ernst Guggisberg verlässt die Klinik und kehrt heim zu seiner Familie.



HEIMKEHR



Auf diesen Tag hat Ernst Guggisberg lange gewartet. 33 Wochen, um genau zu sein. 230 Tage trainierte der Landwirt im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) und legte damit den Grundstein für sein neues Leben im Rollstuhl. Er hat gekämpft, an sich gearbeitet, viel Neues gelernt – lernen müssen. Mit einem einzigen Ziel: wieder heimzukehren, auf den Hof in Zimmerwald BE. «Ig gloubes nid!» Diese Worte wird er heute, am Tag seiner Entlassung aus der Klinik, noch öfter sagen. Ganz allein ist der 61-jährige mit seinem umgebauten Auto von Nottwil

durchs Emmental ins Bernbiet gefahren. Jetzt steht sein Wagen auf dem Parkplatz vor dem Stöckli, die Türe hat Ernst geöffnet, er sitzt seitwärts und lässt die gelähmten Beine aus dem Fahrerraum baumeln.

Seine Frau Susanne eilt herbei, Sohn Daniel kommt den Weg entlang – und von irgendwoher ertönt ein brummendes, stampfendes Geräusch. «Ig gloubes nid!» Ernst Guggisberg würde diesen Ton aus tausend anderen heraus erkennen. Das Geräusch wird immer lauter und schon biegt Sohn Samuel mit «Aschis Händöpfgraber» um die Hausecke. Der Traktor, ein John Deere 6030, faucht und lärmt – Musik in Ernsts Ohren. Er strahlt. «Mein Traki!» Samuel manövriert das riesige Gefährt neben Ernsts Auto, winkt ausgelassen und ruft: «Tschou Päppu!» Dieser kämpft mit den Tränen. Der Traktor schickt die letzte schwarze Wolke zum Himmel, bevor Sämi den Motor abstellt. Und Ehefrau Susanne meint träf: «Also jetzt riecht es bestimmt nicht mehr nach Spital.» Willkommen zuhause!

Ernst lädt den Rollstuhl aus, der hinter dem Fahrersitz verstaut ist; das hat er in der Ergotherapie gelernt. Die stattlichen Söhne dürfen für einmal nur zuschauen. Hilfe will der Vater jetzt nicht – er muss, will das allein schaffen. Endlich draussen, kurvt der Landwirt um seinen Traktor herum, berührt behutsam den Kühlergrill, tätschelt das Gefährt wie andere einen treuen Hund. Mit feuchten Augen meint er dann: «Genau so habe ich mir das gewünscht. Dass meine Familie da ist bei meiner Rückkehr. Und nun steht da sogar noch mein Traki. Ig gloubes nid!»

Begrüssung. Ernst Guggisberg ist wieder auf dem Hof in Zimmerwald, wo er im Stöckli neben dem Bauernhaus wohnt (Bild oben). Die Söhne Samuel und Daniel (r.) überraschen ihn beim Wiedersehen mit seinem Lieblingstraktor (unten).





TRAINING

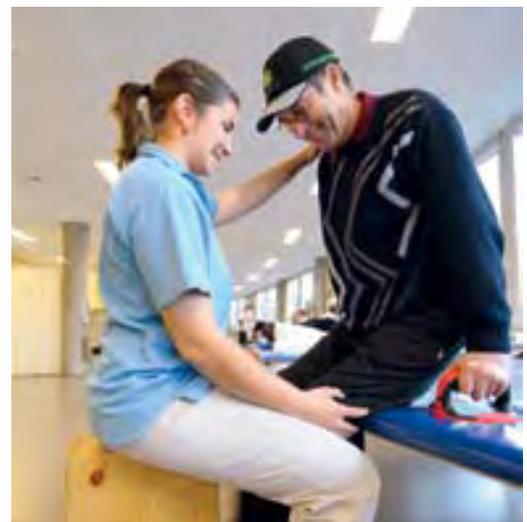


Nottwil, drei Wochen vor Klinikaustritt. Ernst Guggisberg kämpft mit der Schwerkraft, sein Rollstuhl ist nach hinten umgekippt und liegt unter ihm begraben. Mühsam versucht er sich hochzurappeln: auf dem linken Unterarm abstützen, dann auf dem Ellenbogen balancieren, auf die Hand wechseln. Mit der anderen Hand am Rad ziehen, sich hochstemmen. Das Ganze sieht nach einer Turnübung für Fortgeschrittene aus – und genauso fühlt es sich für Ernst auch an. Nicht nur für ihn: «Hey, mach vorwärts. Für mich ist das ebenso anstrengend», foppt ihn Physiotherapeutin Tanja Czerwenka, die den Landwirt hinten an der Lehne unterstützt.

Fast jeden Tag muss Ernst Guggisberg während seiner Rehabilitation in die Physiotherapie. Das hat ihn anfangs genervt, da die nötige Kraft für gewisse Übungen fehlte. Die Arme waren zu schwach, der Körper zu schwer. Doch gerade das Stützen und sich selber Hochheben ist für Querschnittgelähmte wichtig, damit sie den Transfer in und aus dem Rollstuhl selber machen können. «Ich habe gelitten. Tanja war mein Lichtblick.» Jetzt schaut Ernst die Therapeutin treuherzig an. «Sie sagte damals: «Mit dir macht es Spass.» Das war wie eine Herzmassage und hat mich vor dem Resignieren gerettet.»

«Tanja rettete mich
vor dem Resignieren»

Kraftakt. Wie ein Käfer liegt der Paraplegiker samt Rollstuhl auf dem Rücken. Physiotherapeutin Tanja Czerwenka hilft ihm beim Aufrichten (Bild oben). Auch seine Muskeln muss er mit Stütztraining stärken (unten).





Siegertyp. Ernst in seinem Spitalzimmer mit den Pokalen, die Tochter Therese im Tractor Pulling gewonnen hat (Bild oben). Der Landwirt liebt den Ausblick vom Balkon in die Berge (unten).

WETTKÄMPFE

SPZ, Station F, Zimmer 361. Hier ist Ernsts Zuhause auf Zeit, das er mit einem weiteren Patienten teilt. Auffallend sind die vielen Pokale, die das Zimmer schmücken. «Die hat meine Tochter Therese gewonnen», sagt Ernst stolz. Die Familie Guggisberg pflegt gemeinsam ein Hobby: das Tractor Pulling. Auf ihrem Hof in Zimmerwald findet jeden Sommer ein Wettkampf statt, bei dem Traktoren einen Wagen mit Gewichten möglichst weit ziehen müssen. 2011 war der Anlass zehn Tage nach Ernsts Unfall – über Lautsprecher wurde damals mitgeteilt, wieso Aschi in diesem Jahr fehlt. Selbst beste Kollegen kämpften danach mit Augenwasser. Und wenn Ernst heute davon erzählt, kullern ihm selber Tränen über die Wangen. Therese fuhr an diesem Wettkampf erstmals mit «Aschis Händöpfgraber» – ein Entscheid der Familie. «Sie konnten mich nicht fragen, da ich im Koma lag.» Seither nahm die Tochter anstelle des Vaters an den Rennen teil, und die Trophäen brachte sie ihm jeweils ins SPZ. «So sind wir gemeinsam Vize-Schweizer-Meister geworden.»



«Da fehlen
im Gedächtnis
vier Wochen
meines Lebens»

Das «Traktörle» hat Ernst Guggisberg schon immer fasziniert. Schicksalhaft scheint, dass er ausgerechnet in einem seiner John-Deere-Traktoren schwer verunfallte und zum Paraplegiker wurde. An jenem Sommertag im Juni 2011 fährt der Landwirt los, um im Nachbardorf Kompost zu holen – Puffermaterial für das anstehende Tractor-Pulling-Rennen. Wegen eines technischen Defekts kommt er bei der Fahrt talwärts von der Strasse ab. Traktor und Anhänger schiessen einen Abhang hinunter und überschlagen sich mehrmals. Ernst wird aus der Fahrerkabine katapultiert und bleibt bewusstlos liegen. Neun Stunden operierten die Ärzte im Inselspital Bern die zertrümmerte Wirbelsäule; Erinnerungen an diese ersten Wochen hat Ernst keine. Seine Frau Susanne habe ihm vieles erzählt. Die Überführung nach Nottwil, die Tage auf der Intensivstation, der erste Versuch, ihn in einen Rollstuhl zu setzen. «Da fehlen im Gedächtnis vier Wochen meines Lebens.» Am Anfang wusste Ernst nicht mehr, dass sein Sohn nun den Hof bewirtschaftet. Oder dass die letzten Ferien ihn nach Südamerika führten, nach Uruguay an die Hochzeit seiner Tochter. «Einfach vergessen. Grässlich, gell?»



Ernst Guggisberg kurvt in rasantem Tempo durch die Gänge der Klinik und pfeift einen Marsch. Seine Markenzeichen: die John-Deere-Mütze mit Riffelblech und die gelb-grünen Gummihandschuhe. Heute hat er es eilig, denn in der Werkstatt wartet sein neues Auto auf ihn – ein silberner Skoda Yeti, 4x4, mit Automatikgetriebe. Bremse, Gas, Licht und Blinker bedient er neu an einem Schalthebel in der Mitte des Fahrzeugs. «Doch, doch, das fühlt sich schon an wie mein eigenes Auto», meint er mit einem breiten Lachen. Das Verladen des Rollstuhls mit einem Seilzuglift hinter den Fahrersitz ist eine knifflige Angelegenheit, «aber das ist zu lernen». Einzig mit dem Lift im Kofferraum, der das Zugerät Swiss-Trac verlädt, ist der Landwirt nicht recht zufrieden: «Das geht so langsam. Die haben wohl gedacht, für einen Berner sei das schnell genug», frotzelt er und überlegt sich im Geheimen wohl, wie er das Ding frisieren könnte ...

Für Ernst war schon als Bub klar, dass er Landwirt werden will. In Zimmerwald ist er mit vier Geschwistern aufgewachsen, sein Vater war der Gemeindeschreiber des Dorfs – und noch heute ist Ernsts Übername «Gemeindeschreibers Aschi». Er machte das landwirtschaftliche Lehrjahr, arbeitete danach in diversen Betrieben, bevor es ihn in die Fremde zog. Farmer-Arbeit in England, das Kibbuz-Leben in Israel, eine Reise um den Sinai, ab nach Amerika. Dort sah er im Staat Kansas erstmals Tractor Pulling und brachte den Sport dann in die Schweiz. Wieder daheim, absolvierte Ernst die landwirtschaftliche Meisterprüfung. Und wann genau trat Susanne in sein Leben? Ein breites Lachen huscht über sein Gesicht. «Eine Bekannte sagte mir, dass eine Freundin noch einen Begleiter für den Abschlussabend der Haushaltsschule suche.» Der gemeinsame Abend gefiel beiden, sie trafen sich wieder, die Bande wurden enger. Auch Susannes längere Reise ins Ausland und Ernsts Schreibfaulheit vermochten der Liebe nichts anzuhaben. «1977 waren wir uns einig. Wir heirateten am 19. März.» Seine Frau habe ihn immer unterstützt und geholfen, den Betrieb zu vergrößern. Drei Angestellte arbeiten heute permanent auf dem Hof, in der Hochsaison sogar bis zu zehn Personen. Stolz ist die Familie auf die Photovoltaik-Anlage auf dem Südteil der Lagerhalle – 2009 erhielten sie dafür den Solarpreis von Bundesrätin Eveline Widmer-Schlumpf.

Geschenk. Das Zugerät Swiss-Trac sieht aus wie ein kleiner Traktor. Ein Mitarbeiter der IV-Stelle Bern kennt Ernst und organisierte das Design mit Traktorrädern und Frontgewicht. Die Firma Matra, die Generalimporteurin von John Deere, sponserte das nötige Material für den Umbau. «Ich flippte fast aus vor Freude», so Ernst (Bild oben). Das Einladen des Rollstuhls ins Auto will geübt sein (unten).



MOBILITÄT







HEIMWEH



Klinikalltag. Der Landwirt spielt auf seinem Euphonium (l.). Mit Pflegefachfrau Renate Leuenberger probiert er neue Lagerungskissen aus (M.). Auf einen Schwatz mit Patientin Nadine Ospelt, 31 (l.). Ernst freut sich, wenn ihm andere Betroffene ihre Herzen ausschütten. «Für viele könnte ich der Vater sein. Dass sie sich mir anvertrauen, sehe ich als grossen Vertrauensbeweis.»

«Ich lernte mich selber von einer neuen Seite kennen»



In der Begegnungshalle des SPZ schlängelt sich eine Rampe mit fünf Prozent Steigung, drei Geraden und zwei Spitzkehren über eine Länge von 80 Metern vom Erdgeschoss in den ersten Stock. Auf dieser Strecke kämpft sich Ernst Guggisberg vorwärts. Er treibt den Rollstuhl mit den Händen an, anfangs noch locker, dann schnell und schneller. Jetzt die erste Spitzkehre, weiter vorwärts, aufwärts. Die Atmung fällt schwerer, jeder Meter wird erobert. Die zweite Spitzkehre, jetzt brennen die Muskeln in den Armen. Weiter, weiter. «Das kommt gut», ruft Sportlehrerin Monika Schachschneider vom Ziel her. Ernst beisst auf die Zähne, kneift die Augen zusammen, kämpft, atmet, vorwärts, los. Geschafft! Er rollt aus, stützt den Kopf auf die Hände. «Neuer Rekord!» Genau 53 Sekunden hat er gebraucht. «Ganz am Anfang musste ich auf dieser Strecke drei Pausen einlegen.»

Noch ein paar Tage muss er durchhalten, dann kann der Landwirt heim. Ernst Guggisberg sitzt in seinem Zimmer auf dem Bett, nimmt ein Couvert aus dem Nachttisch und klaubt Fotos hervor. Er betrachtet sein Daheim: Bauernhaus, Stöckli, Lagerhalle, Felder, die Aussicht in die Berner Berge. «Jedes Mal wenn ich Längizyti habe, schaue ich mir diese Bilder an.» Und die Langeweile vertreibt sich der Landwirt mit ein paar «Lumpe-Liedli», wie er das nennt. Seit 40 Jahren spielt Ernst in der Musikgesellschaft Zimmerwald das Euphonium, ein Blechblasinstrument. Schon ertönt die Melodie von «I Will Survive», dem Discohit aus den 70er-Jahren. «Und wenn mich traurige Momente übermannen wollen, hörte ich mir Marschmusik an. Die ist tröstlich.» Die Querschnittlähmung hat seine Leben auf den Kopf gestellt, das muss er zuerst verarbeiten. «Ich lernte mich selber von einer neuen Seite kennen.» Der Macher, der nun plötzlich mit sich machen lassen muss.

Sportstunde. Ernst Guggisberg kämpft sich auf der Rampe aufwärts (grosses Bild l.). Sportlehrerin Monika Schachschneider ist mit seiner Leistung zufrieden.





ABSCHIED

H heute ist der grosse Tag – Austritt aus der Klinik! Das Abschiedsfest am Vorabend war genau so, wie Ernst sich das gewünscht hat. Freunde im Rollstuhl kamen auf ein Glas Wein vorbei, seine Familie war da und SPZ-Mitarbeitende. Viel Lob gabs für die Pflege der Station F – «F wie First Class», präziserte er. Beim Computer-Lehrer entschuldigte sich Aschi für die grauen Haare, die dieser wohl ihm zu verdanken habe – «dafür weiss ich jetzt, wie man E-Mails beantwortet». Und bei seiner Frau Susanne bedankte er sich fürs Backen – «sie macht europaweit den besten Zopf».

Nun, am Morgen danach, hat Ernst sein Hab und Gut auf dem Bett ausgebreitet. Packen ist angesagt. Pflegefachfrau Renate Leuenberger hilft, verstaut Wäsche in Taschen, hängt die Fotos von der Wand ab, räumt den Kleinkram aus dem Nachttisch. Der Abschied macht ihn nachdenklich – über sieben Monate war sie seine Bezugsperson in der Pflege. «Renate hat sich für mich und meine Anliegen stark gemacht. Und mir in schwierigen Zeiten Halt gegeben.» Ernst schätzte ihr Einfühlungsvermögen und Engagement sowie ihre langjährige Erfahrung in der Rehabilitations-Pflege. «Ihr Ziel war es stets, mich in ein selbstständiges Leben zurückzuschicken. Deshalb führte Renate mit mir, aber auch gemeinsam mit meiner Frau Susanne, immer wieder Gespräche.» Dabei kam beispielsweise die Wichtigkeit der Hautkontrolle zur Sprache, aber auch die neue, herausfordernde Situation durch gelähmte Organe wie Blase und Darm. Alltägliches wie das Anziehen und die Körperpflege benötigen heute viel mehr Zeit und Kraft als früher. «Wir haben über alles reden können. Und wir nahmen selbst Schweres mit einem Fünkchen Humor», erzählt Ernst. Den Abschied versüssen sich die beiden mit Kirschstängeli und einem herzlichen Dankeschön seinerseits.



Finissage. Ein letztes Glas Wein, ein paar Worte an die Gäste. Und dann heisst es Abschied nehmen vom SPZ, Kleider packen, Schubladen räumen, Kirschstängeli verteilen.



Familienbande. Sie alle feiern mit ihm Abschied (v. l.): Tochter Therese mit Ehemann Pablo, Susanne und Ernst Guggisberg, Sohn Daniel und Schwiegertochter Nancy sowie Sohn Samuel.



Erinnerungen. Gemeinsam mit Pflegefachfrau Renate Leuenberger betrachtet Ernst Guggisberg ein Bild, das all die Monate über seinem Bett hing. Ein Foto der Alp Mechlital im Diemtigtal, wo der Landwirt noch heute als Präsident der Alpkooperation amtiert.



HOFALLTAG



Ernst Guggisberg sitzt am Esstisch im Stöckli, vor sich den Laptop. Seit gut zwei Wochen ist er wieder daheim in Zimmerwald, die erste Phase des Eingewöhnens ist überstanden. Und mit seiner Frau Susanne hat er die ersten Turbulenzen überwunden. «Wir versuchen, eine Routine im Alltag zu finden», sagt sie. Und er ergänzt: «Bei gewissen Handgriffen brauche ich Hilfe, vor allem morgens beim Ankleiden. Das ist nicht immer einfach.»

Das Schlaf- und das Badezimmer wurden zwar umgebaut, um mehr Raum für den Rollstuhl zu schaffen, aber die Matratze ist noch zu weich und der Nachttisch zu tief. Ernsts Abhängigkeit kann zu Konflikten führen. Die Bäuerin möchte mit der Arbeit loslegen, er ist noch im Bett. «Früher stand ich immer zeitig auf, fütterte vor dem Zmorge die Schweine. Heute bleibe ich gerne mal liegen – der Tag ist auch so noch lang genug», meint Ernst. Ein Fazit haben die beiden daraus gezogen: «Wir müssen klarer miteinander kommunizieren. Nur so finden wir einen Weg, der für uns stimmt», erklärt sie. Früher hatte jeder seinen klar abgegrenzten Bereich: Susanne war drinnen die Chefin, Ernst schaute draussen zum Rechten. Heute ist das anders, und das Umgewöhnen braucht Zeit. Im Gegenzug geniessen die beiden ganz besonders die Zweisamkeit am Abend, oder wenn Sohn Samuel zum Znacht vorbeischaute. «Dann erfahre ich, was im Betrieb läuft», so Ernst.

«Wir versuchen,
eine Routine im Alltag
zu finden»



Hausarbeit. Der Paraplegiker muss seine Rolle im Alltag wieder finden. Er erledigt Arbeiten am Computer (Bild oben r.) und hilft seiner Frau Susanne beim Kissenbeziehen (l.). Zum Mittag treffen sich die Familie und die Angestellten bei Kartoffelstock und Bratwurst (oben l.).

Handwerker. Ernst macht wieder erste Versuche mit Schrauben und Muttern. Die Arbeit am Traktor ist für ihn aber sehr anstrengend.



ZUKUNFTSPLÄNE

«Ig gloube, so chunnts guet»

Im Schopf, zwischen Säcken mit Dünger und diversen Gerätschaften, übt der Landwirt im Rollstuhl regelmässig, Absätze zu überwinden. Dazu dient ihm ein einfaches Brett, das am Boden liegt. Ausserdem geht er einmal pro Woche in die Physiotherapie, «und ich muss unbedingt wieder öfter meine Kraftübungen machen». Gemeinsam mit Susanne will er zudem ein rollstuhlgängiges Hallenbad in der Umgebung suchen. Wichtig sind ihm jedoch auch die beruflichen Perspektiven: «Ich habe intensiv mit meinem Junior diskutiert, wie meine künftige Rolle im Betrieb aussehen könnte.» Botengänge hat er in den ersten Wochen bereits übernommen, in der Werkstatt hantiert, auch das Erledigen von Büroarbeit käme in Frage. «Oder», und jetzt beginnen seine Augen zu leuchten, «wir könnten einen Stapler umbauen, damit ich ihn bedienen kann.»

Und was ist mit seinen geliebten Traktoren? Neun stehen auf dem Hof in Gebrauch. Aber es gebe leider keine Arbeit, bei der er drei, vier Stunden fahren könne, ohne absteigen zu müssen. Das mache also keinen Sinn. «Aber», und da ist dieses Leuchten wieder, «vielleicht werde ich dereinst meinen Sport-Traktor umbauen, um mit ihm wieder an Wettkämpfen teilzunehmen.» Ernst fügt aber gleich an, das eile nicht. Zuerst will er noch einen Stehtisch entwerfen und zimmern. Die Heberampe in der Garage ist schliesslich auch Marke Eigenbau, aus einem Blech und einem Seilzug gefertigt. «Ich freue mich heute an Sachen, die mir gelingen.» Jetzt schaut Ernst Guggisberg nachdenklich, stützt den Kopf in die Hände. Man dürfe nicht Sachen nachtrauern, die nicht mehr gehen. «Ig gloube, so chunnts guet.»



